ORKOS
Since 1985

SUISSE

Commandes du mercredi 05/08 au dimanche 09/08/20
Livraison le jeudi 13/08

AVOCAT TORROX
D'ESPAGNE

De beaux fruits à la chair fondante et légèrement salée.

~~12,35 /kg~~

-30 %
8,60 /kg
à partir de 12 kg

-22 %
9,60 /kg
à partir de 6 kg

-10%
11,10 /kg
à partir de 3 kg

Cadeau-surprise
offert dans toutes les commandes de
150 CHF et plus
(hors frais de port)

MELON PIEL DE SAPO
D'ESPAGNE

Savoureuse et bien charnue avec une peau fine.

4,10 /kg
à partir de 6 kg

-25 %

Commande par téléphone au **+33 (0)1 64 60 21 11** *(tous les jours sauf le mardi de 18 à 22 heures)*,
courriel : **serviceclient@orkos.com** ou fax : **+33 (0)1 64 60 21 01**

L'étonnante île d'Okinawa

Okinawa, un archipel situé à l'Ouest du Japon, devenu célèbre pour l'exceptionnelle longévité de sa population qui compte près de 3 fois plus de centenaires que la France et qui vivent en pleine forme à tout âge, sans pour ainsi dire connaître le cancer, les maladies cardio-vasculaires, le surpoids etc. qui sont le lot des Occidentaux. Cette population a été étudiée afin de comprendre les causes du phénomène.

Des observations ont tout d'abord permis de mettre hors de cause leur capital génétique. On a en revanche pu noter que les Okinawaïens étaient des gens à la fois calmes et actifs : le tai-chi, le jardinage, la marche, les activités associatives font partie de leur quotidien à tout âge, sans oublier le karaté qui est né à Okinawa. De plus, leur environnement les a amenés à adopter un régime alimentaire varié et peu calorique, se composant pour l'essentiel de crudités et de légumes cuits séparément et à basse température, d'un peu de fruits, de riz et de poisson cru. Les Okinawaïens ont enfin certaines coutumes liées au repas, parmi lesquelles celles de contempler un moment la nourriture avant de commencer à manger, afin d'aborder le repas dans la sérénité, et de sortir de table le ventre rempli à 80 % seulement.

Plus qu'un régime, une philosophie de vie !

Le fruit de la saison

6,50/kg

PASTÈQUE D'ESPAGNE

Une excellente variété que notre producteur récolte mûre à point, d'où un résultat fort savoureux et divinement rafraîchissant.

16,20/kg

Cerise rouge
Foncée et bien concentrée.

4,55/kg

Melon Canari
Bien juteux et très parfumé.

4,35/125g

Myrtille
Le goût de la montagne…

8,40/kg

Banane Canaries
Une chair riche au goût prononcé.

Légumes

	Pays		Prix unit.
Ail	Esp	S	10,10/kg
Artichaut blanc	Fra	S	12,30/kg
Bengkoang	Tha	P	16,40/kg
Betterave rge ronde	Fra	S	6,45/kg
Carotte	Ita	S	6,15/kg
Céleri branche	Fra	P	8,65/kg
Champignon de Paris	Pay	S	9,85/kg
Concombre long lisse	Esp	S	5,90/kg
Courgette verte	Esp	S	4,25/kg
Curcuma	Per	S	15,30/kg
Fenouil	Fra	P	9,00/kg
Gingembre	Per	S	10,95/kg
Maïs doux épis	Fra	S	2,35/p.
Navet violet	Fra	S	11,60/kg
Oignon jaune	Esp	S	5,10/kg
Patate douce rose	Esp	P	5,85/kg
Poivron pointu mini	Esp	P	5,90/kg
Poivron rouge	Esp	P	6,35/kg
Poivron rouge long	Esp	P	6,20/kg
Poivron vert	Esp	S	5,70/kg
Pomme de terre	Fra	S	4,50/kg
Radis noir	Fra	S	9,25/kg
Tamarillo orange	Per	P	17,10/kg
Tamarillo rouge	Cam	P	15,50/kg

Choux

	Pays		Prix unit.
Chou blanc	Pay	S	4,75/kg
Chou-fleur blanc	Fra	S	5,85/p.
Chou-rave vert	Fra	P	2,25/p.

Baisses

Avocat Hass	~~14,10/kg~~	*12,10/kg*	*-14%*
Pepino	~~8,45/kg~~	*8,05/kg*	*-5%*
Poivron rouge	~~7,05/kg~~	*6,35/kg*	*-10%*
Radis noir	~~9,75/kg~~	*9,25/kg*	*-5%*

Salades

	Pays		Prix unit
Iceberg	Fra	S	3,65/p.

5,85/kg

Patate douce rose
Un légume très croquant et doux.

2,25/p.

Chou-rave vert
Un chou aussi délicieux qu'un fruit !

Fruits exotiques

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Ananas Cayenne	Cam	P	12,90/kg	12,26/kg dès 6kg
Ananas Que. Victoria	Tha	P	18,85/kg	17,91/kg dès 6kg
Arachide fr. coque	Cam	P	16,40/kg	15,58/kg dès 3kg
Avocat Hass	Esp	P	12,10/kg	11,50/kg dès 4kg
Avocat Hass mini	Esp	P	10,90/kg	10,36/kg dès 4kg
Avocat Lula	Cam	P	15,05/kg	14,30/kg dès 4kg
Avocat Torrox	Esp	P	12,35/kg	11,73/kg dès 4kg
Banane Canaries	Esp	S	8,40/kg	7,98/kg dès 5kg
Banane figue	Cam	P	12,25/kg	11,64/kg dès 4kg
Banane figue-pomme	Cam	P	12,25/kg	11,64/kg dès 4kg
Banane Plantain	Cam	P	12,05/kg	11,45/kg dès 4kg
Banane Poyo	Per	S	5,85/kg	
Banane Rose	Cam	P	12,05/kg	11,45/kg dès 4kg
Cabosse de cacao	Cam	P	14,95/kg	14,20/kg dès 2kg
Canne à sucre	Esp	P	7,15/kg	6,79/kg dès 2kg
Coco Mûr Light	Tha	P	11,30/kg	10,74/kg dès 4kg
Coco Pagode Light	Tha	P	20,60/kg	19,57/kg dès 4kg
Coco sec	Cam	P	10,95/kg	10,40/kg dès 4kg
Drupe de palmier	Cam	P	16,60/kg	15,77/kg dès 1kg
Fruit de la passion	Cam	P	13,90/kg	13,21/kg dès 4kg
Fruit dragon blanc	Tha	P	22,05/kg	20,95/kg dès 3kg
Fruit du dragon rge	Esp	P	19,60/kg	18,62/kg dès 3kg
Grenadille	Per	P	17,50/kg	16,63/kg dès 3kg
Mangue Kent	Mex	P	15,95/kg	15,15/kg dès 4kg
Mangue Osteen	Esp	P	10,05/kg	9,55/kg dès 4kg
Maracuja	Cam	P	20,65/kg	19,62/kg dès 3kg
Maracuja violet	Esp	P	17,95/kg	17,05/kg dès 3kg
Noni bq.	Cam	P	20,70/kg	19,67/kg dès 2kg
Papaye Espagne	Esp	P	11,10/kg	10,55/kg dès 4kg
Pepino	Esp	P	8,05/kg	7,65/kg dès 3kg
Physalis	Esp	P	15,15/kg	
Ramboutan	Cam	P	14,40/kg	13,68/kg dès 3kg
Safou	Cam	P	19,95/kg	18,95/kg dès 3kg
Sapote Amarillo	Cam	P	17,25/kg	16,39/kg dès 2kg
Tamarillo orange	Per	P	17,10/kg	16,25/kg dès 2kg
Tamarillo rouge	Cam	P	15,50/kg	14,73/kg dès 3kg

Plantes digestives

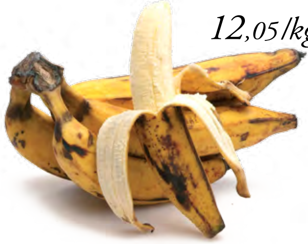
	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Caroube 250g	Esp	P	3,20/p.	3,04/p. dès 12p.
Casse Fistula bâton	Ind	P	21,75/kg	20,66/kg dès 3kg
Casse Fistula décor	Ind	P	47,80/kg	45,41/kg dès 2kg
Réglisse 200g	Esp	P	10,00/p.	
Tamarin doux 1kg	Tha	P	23,50/kg	22,33/kg dès 3kg

12,90/kg

Ananas Cayenne

De gros fruits à la chair bien juteuse.

12,05/kg



Banane Plantain

Une banane très appréciée bien mûre.

15,95/kg

Mangue Kent

Délicieux parfum exotique…

13,90/kg

Fruit de la passion

N'hésitez pas à le consommer fripé : il n'en sera que plus concentré.

~~*14,10/kg*~~

12,10/kg

-14%

Avocat Hass

L'as des avocats !

11,30/kg

Coco Mûr Light

Sa chair est généreuse et croquante, son jus est abondant et chocolaté…

Informations générales sur ce catalogue

Les articles de ce catalogue sont soumis aux conditions de vente d'Orkos (disponible par courriel, fax ou courrier sur simple demande).Les prix sont indiqués en CHF, transport non compris. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.

L'abondance de mère Nature...

prix sur demande

Mangues d'Espagne

Des saveurs variées pour varier les plaisirs !

12,05/kg

Banane Rose

La plus exotique des bananes !

19,95/kg

Safou

Sa chair grasse rappelle tout à la fois
l'avocat et le fromage de chèvre.

17,95/kg

Maracuja violet

Le grand cousin du fruit de la passion.

dès 19,60/kg

Fruit du Dragon

Coupez le fruit en deux et dégustez sa chair fondante à la petite cuillère.

Oléagineux

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Amande Ferraduel	Esp	P	10,55/kg	10,02/kg dès 5kg
Amande Ferragnès	Esp	P	10,70/kg	10,17/kg dès 5kg
Amande fraîche	Esp	P	10,85/kg	10,31/kg dès 3kg
Amande Marcona	Esp	P	10,25/kg	9,74/kg dès 5kg
Arachide sèche coque	Ira	P	15,50/kg	14,73/kg dès 5kg
Arachide violette	Per	P	18,35/kg	17,43/kg dès 5kg
Macadamia coque	Mex	P	19,20/kg	18,24/kg dès 5kg
Noisette cq Ennis	Cat	P	12,90/kg	12,26/kg dès 5kg
Noisette en coque	Ita	S	14,70/kg	13,97/kg dès 5kg
Noix en coque	Fra	P	13,10/kg	12,45/kg dès 5kg
Pistache en coque	Esp	P	31,80/kg	30,21/kg dès 5kg

Oléagineux décortiqués

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Am.déc.Ferragnès500g	Ita	P	16,80/p.	15,96/p.	dès 6p.
Am.déc.Supernova500g	Ita	P	16,25/p.	15,44/p.	dès 4p.
Amand.déc.Genco 500g	Ita	P	16,25/p.	15,44/p.	dès 6p.
Amandon décort 500g	Ira	P	13,85/p.	13,16/p.	dès 4p.
Arachi. déc.vio.500g	Per	P	10,75/p.	10,21/p.	dès 6p.
Arachide déc. 1kg	Ira	P	18,90/p.	17,96/p.	dès 3p.
Graine de crge. 250g	Ira	P	7,15/p.	6,79/p.	dès 6p.
Kénari décort 250g	Ind	P	11,55/p.	10,97/p.	dès 8p.
Macadamia déc. 250g	Mex	P	13,15/p.	12,49/p.	dès 6p.
N.Brésil décort.250g	Per	P	9,95/p.	9,45/p.	dès 8p.
Noix décort 500g	Fra	P	22,25/p.	21,14/p.	dès 4p.
Pécan decort. 250g	Afr	P	12,05/p.	11,45/p.	dès 8p.
Pignon de cèdre 250g	Rus	P	13,60/p.	12,92/p.	dès 4p.
Pistache décort 500g	Esp	P	27,50/p.	26,13/p.	dès 4p.
Tournesol déc. 500g	Esp	S	5,70/p.	5,42/p.	dès 6p.

Olives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Olive d'Espagne 400g	Esp	P	17,80/p.	16,91/p.	dès 6p.
Olive Esp. mûre 400g	Esp	P	22,60/p.	21,47/p.	dès 6p.
Olive sèche 500g	Esp	P	17,05/p.	16,20/p.	dès 6p.

Algues séchées

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Cochay. entière 200g	Chi	P	23,60/p.	22,42/p.	dès 5p.
Cochayuyo sèche 80g	Chi	P	12,50/p.	11,88/p.	dès 10p.
Dulse sèche 100g	Fra	P	10,65/p.	10,12/p.	dès 10p.
Kombu roy. sèche100g	Fra	P	11,95/p.	11,35/p.	dès 10p.
Wakame sèche 100g	Fra	P	13,35/p.	12,68/p.	dès 10p.

9,95/250g

Noix du Brésil décortiquée

Une noix venue des profondeurs de la forêt amazonienne où elle pousse en abondance.

Graines

	Pays		Prix unit.
Amarante 500g	Per	P	8,25/p.
Graine de Chia 250g	Arg	P	9,55/p.
Graine de crge. 250g	Ira	P	7,15/p.
Haricot azuki 500g	Chi	P	5,75/p.
Haricot mungo 500g	Chi	P	6,20/p.
Lin brun 250g	Kaz	P	7,65/p.
Quinoa 500g	Bol	P	10,55/p.
Riz doux 500g	Cal	P	9,45/p.
Sésame 500g	Oug	P	5,95/p.
Tournesol déc. 500g	Esp	S	5,70/p.

Testsets et packs

	Pays		Prix unit.
Pack Découverte 3kg	Fra	P	42,20/p.
Pack Découverte 6kg	Fra	P	84,40/p.
Pack Tropical 4kg	Fra	P	50,25/p.
Pack Tropical 8kg	Fra	P	100,45/p.

(Mélange de fruits et légumes frais ou secs originaires de l'UE et de pays extérieurs de l'UE)

Aloe Vera, la plante grasse qui soulage les brûlures

Malgré les mises en garde, on a vite fait de se laisser surprendre par le soleil d'été apparemment si bienfaisant. L'Aloe vera procure un vrai soulagement aux peaux sensibles échauffées par un bain de soleil prolongé : il suffit de trancher une de ses feuilles grasses et d'appliquer la sève gélatineuse sur la peau pour ressentir un apaisement instantané. Il ne faut pas hésiter à renouveler l'application aussi souvent que nécessaire, en rafraîchissant la coupe au besoin. Conservez la feuille non pas au réfrigérateur ni à température ambiante, mais idéalement dans une pièce fraîche (10 à 15 °C). Entière, elle peut se conserver plusieurs semaines, et au moins deux semaines une fois entamée.

24,70/450 g

Pollen

Une précieuse source en acides aminés, vitamines, minéraux, oligo-éléments, entre autres !

15,40/250 g

Baie de Goji

La petite baie très réputée de la chaîne himalayenne.

Miels en pot

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Acacia	Ita	P	13,95/p.	13,25/p.	dès 6p.
Amandier	Esp	P	11,40/p.	10,83/p.	dès 6p.
Bruyère	Esp	P	11,05/p.	10,50/p.	dès 6p.
Cantueso	Esp	P	11,20/p.	10,64/p.	dès 6p.
Chêne liquide	Esp	P	11,40/p.	10,83/p.	dès 6p.
Citronnier	Esp	P	10,65/p.	10,12/p.	dès 6p.
Eucalyptus	Ita	P	10,75/p.	10,21/p.	dès 6p.
Forêt liquide	Esp	P	10,05/p.	9,55/p.	dès 6p.
Lavande	Esp	P	11,15/p.	10,59/p.	dès 6p.
Montagne liquide	Esp	P	10,25/p.	9,74/p.	dès 6p.
Néflier	Esp	P	11,45/p.	10,88/p.	dès 6p.
Oranger	Esp	P	11,60/p.	11,02/p.	dès 6p.
Romarin	Esp	P	11,00/p.	10,45/p.	dès 6p.
Thym	Esp	P	11,00/p.	10,45/p.	dès 6p.
Toutes fleurs	Esp	P	10,25/p.	9,74/p.	dès 6p.

Pots de 500 g.

Pollen

	Pays		Prix unit.
Pollen Espagne 225g	Esp	P	12,30/p.
Pollen Espagne 450g	Esp	P	24,70/p.

Miels en rayon

	Pays		Prix unit
Bruyère rayon 500g	Esp	P	14,05/p.
Oranger rayon 500g	Esp	P	14,45/p.
Pain d'abeille 250g	Esp	P	9,35/p.
Romarin rayon 500g	Esp	P	15,45/p.
Toutes fleurs 500g	Esp	P	14,65/p.

Autres

	Pays	Prix unit.
Casse-noix cube	Fra	22,20/p.
Kit sculpture fruits	Fra	41,10/p.
Râpe coco manivelle	Sri	28,70/p.

Soins pour la peau

	Pays		Prix unit.
Aloe Vera feuille	Esp	P	22,15/kg
Argile blche.ventilé	Fra		8,00/p.
Argile jne. Ventilée	Fra		7,80/p.
Argile v.concas.500g	Fra		6,00/p.
Argile v.Illite 500g	Fra		7,30/p.
Ghassoul 1kg	Mar		9,75/kg
Ghassoul poudre 500g	Mar		7,15/p.

Fruits secs

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Ananas séché 250g	Cam	P	10,70/p.	10,17/p.	dès 6p.
Baie de goji 250g	Chi	P	15,40/p.	14,63/p.	dès 8p.
Banane G.Michel 250g	Cam	P	7,05/p.	6,70/p.	dès 8p.
Banane Plantain 250g	Cam	P	6,00/p.	5,70/p.	dès 8p.
Cacao sec pulpe 200g	Cam	P	7,95/p.	7,55/p.	dès 5p.
Caroube 250g	Esp	P	3,20/p.	3,04/p.	dès 12p.
Figue bl.Col Dame ½k	Esp	P	7,80/p.	7,41/p.	dès 10p.
Figue persane 500g	Ira	P	11,70/p.	11,12/p.	dès 10p.
Jaque séché 100g	Cam	P	5,00/p.	4,75/p.	dès 4p.
Kaki sec 250g	Esp	P	17,10/p.	16,25/p.	dès 6p.
Mangue Emeraude 250g	Cam	P	12,25/p.	11,64/p.	dès 8p.
Mûre blanche 250g	Ira	P	8,45/p.	8,03/p.	dès 10p.
Oignon 250g	Bur	P	6,65/p.	6,32/p.	dès 4p.
Papaye Solo 250g	Cam	P	11,00/p.	10,45/p.	dès 4p.
Pêche séchée 250g	Ira	P	5,90/p.	5,61/p.	dès 8p.
Raisin brun 500g	Ira	P	9,10/p.	8,65/p.	dès 4p.
Raisin n. Shani 500g	Ira	P	10,05/p.	9,55/p.	dès 4p.
Tamarin doux 1kg	Tha	P	23,50/kg	22,33/kg	dès 3kg
Tomate séchée 250g	Esp	P	7,35/p.	6,98/p.	dès 4p.

Dattes

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Deglet-Nour 1kg	Tun	P	20,45/p.	19,43/p.	dès 5p.
Medjool Jumbo 1kg	Cal	P	31,70/p.	30,12/p.	dès 5p.
Piarom 1kg	Ira	P	21,95/kg	20,85/kg	dès 5kg
Shahani 1kg	Ira	P	20,40/p.	19,38/p.	dès 5p.
Zahidi 1kg	Ira	P	17,85/p.	16,96/p.	dès 5p.

14,95/kg

Cabosse de cacao
Le chocolat à l'état brut.

16,40/kg

Arachide fraîche coque
Non séchée après récolte, elle est encore bien tendre.

20,60/kg

COCO PAGODE LIGHT
Il possède un jus exceptionnellement abondant et sucré. Sa chair est si tendre qu'on la mange à la petite cuillère.

17,25/kg

Sapote Amarillo
La consistance et le goût d'un bon cake.

18,40/kg

Mangoustan
Chair fondante à la saveur fine.

17,50/kg

Grenadille
La plus douce de nos passiflores.

COMMANDES	LIVRAISONS	STANDARD	BANQUE
Courriel : serviceclient@orkos.com **Tél. :** +33 (0)1 64 60 21 11 *(entre 18 h et 22 h)* **Fax :** +33 (0)1 64 60 21 01	**Jours de livraison :** jeudi Forfait « standard » : **14,45 CHF** Forfait « Poste » : **16,95 CHF** Forfait « garantie » : **24,95 CHF**	**Tél. :** +33 (0)1 64 60 21 00 *(pour nous atteindre en journée)*	**PostFinance** **IBAN** CH12 0900 0000 1000 6270 5 *À chaque versement au guichet postal, 4 CHF sont retenus sur le montant total du versement.*

P = ***Orkos-Prestige*** : toutes les garanties Orkos, contrôlées depuis le producteur jusqu'au consommateur.
S = ***Orkos-Sélection*** : produit sélectionné parmi les meilleurs du marché, selon les critères Orkos.
Les prix sont indiqués en CHF, transport non compris. Conditions de vente par courriel, fax ou courrier sur simple demande. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.
Adresse : Orkos – 9, rue du Château – 77650 Soisy-Bouy, France.
All: Allemangne, Afr: Afrique du Sud, Ara: Arabie Saudite, Aus: Australie, Bol: Bolivie, Bul: Bulgarie, Bur: Burkina Faso, Cam: Cameroun, Chi: Chine, Esp: Espagne, Fra: France, Ind: l'Indonésie, Ira: Iran, Ita: Italie, Kaz: Kazakhstan, Mar: Maroc, Mol: Moldavie, Nig: Nigeria, Oug: Ouganda, Pay: Pay-Bas, Per: Pérou, Phi: Philippines, Rep: République dominicaine, Rus: Russie, Sri: Sri Lanka, Tha: Thailande, Tun: Tunisie, Tur: Turquie
Les produits suivants peuvent provoquer des allergies ou des intolérances : arachide, seigle, avoine, épeautre, amande, noisette, noix de pécan, macadamia, noix, noix de cajou, pistache, céleri branche et céleri rave, sésame et moutarde.